

Borkowska, Anna

Opowieść o własnym życiu

Notatki Płockie 52/3-212, 36-42

2007

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych oraz w kolekcji mazowieckich czasopism regionalnych mazowsze.hist.pl.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

OPOWIEŚĆ O WŁASNYM ŻYCIU

Poznanie ludzi jest zawsze zagadką. I jakkolwiek skomplikowany jest świat i technika – to człowiek jest najtrudniejszym obiektem poznania.

27 czerwca 2007 r. w siedzibie Towarzystwa Naukowego Płockiego odbył się odczyt poświęcony jednej z nowych metod (narracyjnej analizy autobiografii), nad którą pracują psychologowie, a która wykorzystywana jest w wielu dziedzinach nauki.

Autorka, dyrektor Ośrodka Adopcyjno-Opiekuńczego w Płocku przedstawia nam tę metodę, którą wprowadza do pracy Ośrodka.

Każdy ma potrzebę opowiadania o swoim życiu. Czasem dzieje się tak w sytuacjach przeżywanego sukcesu, naturalna jest wtedy chęć dzielenia się radością z osobami bliskimi. Częściej jednak opowiadanie dotyczy doznanych krzywd i porażek. Frustracja i zagrożenie wzmagają potrzebę kontaktu. Bliskość innych osób pozwala rozładować nadmiar napięcia i odzyskać choćby częściowo poczucie bezpieczeństwa. Liczy się obecność osób, które wysłuchają opowieści o przeżywanych problemach. Nie muszą udzielać rad, ani podpowiadać dróg wyjścia z trudnej sytuacji. Najważniejsze jest istnienie kogoś, kto nas wysłucha, poświęci swój czas i uwagę. To sprzyja odzyskaniu wiary we własne możliwości. Tę głęboką potrzebę człowieka Fiodor Dostojewski określił zdaniem: „Każdy człowiek musi mieć kogoś, kto by się nad nim uzałił”¹. Autobiograficzne opowieści stanowią interesujące, choć dalekie od obiektywizmu źródło informacji o narratorze, czasach, w których żył i środowisku bliskich mu osób. Paradoksalnie, właśnie ten subiektywizm relacji najlepiej pozwala poznać osobowość człowieka. Sposób opisywania zdarzeń, w których brał udział, wyjaśnianie własnych zachowań, motywów i celów, którymi się kierował, stanowi relację niepowtarzalną jak linie papilarnie każdego człowieka.

Narracja – w języku obiegowym, znaczy po prostu – opowiadanie, a narrator to osoba przekazująca opowieść. Psycholog analizujący narrację zajmuje się nie tyle przebiegiem relacjonowanych zdarzeń, co charakterystycznymi zniekształceniami rzeczywistości i pozycją, jaką autor przypisuje sobie w toku zdarzeń życiowych. Poznając sposób widzenia świata, poznajemy człowieka.

Opowieść o każdym fragmencie życia jest bardziej interpretacją faktów, niż ich zapisem. Porównując relacje tego samego człowieka dotyczące różnych epizodów z jego biografii, można zauważyć typowe dla niego sposoby relacjonowania wydarzeń. Powtarza się sposób opisywania ludzi i intencji, którymi się kierują. Charakterystyczne jest też traktowanie własnej osoby zarówno w sytuacjach porażek jak i w obliczu sukcesu.

Dla profesjonalnego zrozumienia opowieści o życiu człowieka niezbędne jest określenie struktury narracji.

Podstawą uporządkowania informacji jest tu: „bohater z określonymi intencjami napotyka trudności, które w wyniku zdarzeń toczących się wokół zagrożonych celów zostają, bądź nie zostają przezwyciężone”².

Opowieść o własnym życiu ma swoją dramaturgię, a jej sens można zrozumieć posługując się niepowtarzalnym schematem narracyjnym, który modelują:

1. Bohaterowie opowieści
2. Ich wartości, intencje i plany realizacji
3. Możliwe komplikacje
4. Uwarunkowania i szanse przezwyciężenia trudności i realizacji intencji³

Te elementy schematu pozwalają przeanalizować wątki życiowe autora opowieści i zrozumieć je tak, jak on je rozumie.

Zastanawiając się nad znaczeniem treści opowiadania trzeba konsekwentnie śledzić strukturę i schemat narracji. Pozwala to uniknąć chaosu, uporządkować informacje, zmniejsza prawdopodobieństwo pominięcia jakiegoś istotnego elementu.

Węzłowymi elementami każdej opowieści są ważne życiowe wydarzenia. Realizacja marzeń lub zagrożenie ich spełnienia wywołują niepowtarzalne reakcje i najpełniej ukazują osobowość człowieka. Warto jednak zauważyć, że postawa życiowa ujawnia się nie tylko w wydarzeniach ekstremalnych, ale i w drobnych, codziennych zachowaniach.

Uważna analiza opowieści pozwala zaobserwować np., że dziecko, które było uczone, że zadowolenie rodziców jest ważniejsze niż jego własna satysfakcja, wyrasta na osobę dbającą o to, żeby spełniać oczekiwania partnerów dorosłego życia. Może się wręcz nauczyć czerpania radości z tego, że pomaga w spełnianiu cudzych, a nie własnych marzeń. W ważnych sytuacjach ta chęć zadowolenia otoczenia polega na tym, że na przykład żona traktuje plany małżonka wobec wspólnego życia jako własne i przyjmuje taki rodzaj aktywności zawodowej czy miejsca zamieszkania, który odpowiada jego upodobaniom. Postawa życiowa, której naczelnym hasłem jest „niech inni będą ze mnie zadowoleni” ujawnia się także w drobnych, często banalnych czynnościach. Tego typu osoba nawet wtedy, gdy sprząta, gotuje czy wy-

prowadza psa na spacer, potrzebuje potwierdzenia, że dobrze wypełniła swoje zadanie. Dlatego, niejako na wszelki wypadek, będzie te czynności wykonywać dokładniej i bardziej drobiazgowo niż wynika to z realnej potrzeby. Wewnętrzny impuls zarówno w sprawach błahych jak i przełomowych pozostaje ten sam: sposobem osiągnięcia wewnętrznego spokoju jest zadowolenie innych, a własna satysfakcja jest zaledwie pochodną oczekiwań otoczenia.

Bohaterowie opowieści

W analizie narracji pierwszoplanową rolę odgrywa jej bohater. Nie zawsze jest to autor opowieści, może być nim osoba, która ciąży nad życiem narratora. Bywa tak, że kobieta mówiąc o swojej dorosłości mówi głównie o własnych dzieciach, ich ambicjach, planach i problemach. Tak samo możliwe jest, że mężczyzna relacjonując swoją biografię i własne zamierzenia, konfrontuje je z aspiracjami ojca i jego pojmowaniem sukcesu życiowego.

Chcąc zrozumieć człowieka, który mówi lub pisze o swoim życiu, trzeba zwrócić uwagę na to, jacy bohaterowie pojawiają się w tej opowieści. Nie jest tu decydujące, jakie znaczenie przypisuje im sam narrator. Jego subiektywizm powoduje, że przecenia lub niedocenia wpływu osób, które napotkał na drodze życiowej. Wnikliwa analiza narracji autobiograficznej pozwala określić role jej bohaterów.

Narracja ma swoją dramaturgię i nigdy nie jest monodramem. Świat bohatera ma szansę istnieć tylko w relacjach z innymi ludźmi, to oni wyzwalają chęć działań, budzą uczucia i namiętności, a czasem niszczą chęć dalszego życia. Wtedy narracja staje się tragedią. Nieprzebrany źródłem informacji są osoby, które autor spotyka na swojej drodze, określenie „spotyka” nie jest tu najcelniejszym określeniem. Spotkanie sugeruje przypadkowość relacji, a w rzeczywistości jest to konsekwentny wybór osób, z których jedne stają się pożądane w naszej bliskości, a na innych skupiamy uwagę po to, by odsunąć się od nich, a nawet wyeliminować z własnej biografii. Trzeba precyzyjnie odnotować, jakimi określeniami narrator opisuje każdą z tych postaci, w jakich momentach życia pojawia się relacja o nich, potrzeba bliskości lub przeciwnie, zniecierpliwienie ich obecnością.

Tego typu analiza pozwala osiągnąć ważny cel – zrozumienie jak narrator spostrzega rolę innych osób w swoim życiu, jakie znaczenie przypisuje własnym staraniom we współpracy z ludźmi życzliwymi i w konfrontacji z tymi, których uważa za przeciwników.

Narracja autobiograficzna musi uwzględniać bliższy i dalszy kontekst społeczny. Nie da się pojąć losu człowieka bez zrozumienia jego relacji z innymi ludźmi. Trzeba wiedzieć, z kim szuka bliskich relacji, kogo

chce unikać, a na jakie kontakty jest w swojej ocenie skazany. To pole wyboru i konieczności w istotny sposób określa osobowość narratora.

Autonarracje każdego człowieka określają historię zmienności jego losu. Pozostają w ścisłym związku z treściami zawartymi w narracjach partnerów życiowych. Opowieści te nie tylko splatają się ze sobą, ale nawet wzajemnie warunkują. Osoby, wśród których żyjemy uwiarygodniają rolę życiową, którą uznajemy za swój los. Jeśli na przykład mężczyzna uważa siebie za ostoję rodziny, a własną zaradność traktuje jako jedyną drogę do zapewnienia najbliższemu dobrobytu, to nie jest w jego interesie uczyć żonę i dzieci samodzielności. Ich postępująca emancypacja wytrąciłaby go z pozycji osoby niezastąpionej w rozwiązywaniu problemów materialnych.

Tego typu dylematy związane z narracyjną tożsamością przeżywają na przykład żony trzeźwiących alkoholików. Wprawdzie rola partnerki człowieka uzależnionego dostarcza im cierpienia, ale jednocześnie łączy się ze społecznym współczuciem, ponadto dostarcza podziwu otoczenia dla kobiety, która w krańcowo trudnych warunkach potrafi dbać o dzieci i utrzymać dom. Zmiana sytuacji, jaką jest odzyskanie przez męża trzeźwości jest z jednej strony ulgą i wyzwoleniem, ale z drugiej stanowi bezwarunkowe zrzucenie z piedestału kobiety ofiarnej. Trzeba wtedy przebudować swoją tożsamość i przyjąć inną rolę w życiowej narracji.

Każdy pamięta postać Gargamela z bajki skierowanej do dzieci, a z dużym zainteresowaniem oglądanej przez dorosłych. Ten zły czarodziej ścigał smurfy, celem każdego dnia było złapanie i zjedzenie, chociaż jednego z nich. Po kolejnych niepowodzeniach krzyczał jak bardzo je nienawidzi i ruszał do następnej walki, żeby zrealizować cel swojego życia. Można jednak zauważyć, że złapanie smurfów byłoby w istocie klęską, bo istnienie smurfów stanowiło rację bytu Gargamela, wyłapanie ich unicestwiłoby wszelkie dalsze plany.

Ten bajkowy przykład ilustruje prawidłowość, która była przedstawiona w opisie podanych wcześniej realistycznych sytuacji tzn. nasza narracyjna tożsamość istnieje w powiązaniu z tożsamością innych postaci, osoby, z którymi wchodzimy w relacje muszą odznaczać się określonymi cechami umożliwiającymi nam bycie odpowiednimi bohaterami w odpowiednich historiach.

Ważne jest wniknięcie w skomplikowany proces doświadczania emocji i intencji. Jest to niepowtarzalny sposób interpretowania stanów emocjonalnych, gdy narrator czegoś pragnie, gdy boi się lub przeżywa niechęć czy odrazę.

Wolność i determinacja w życiu narratora

Badania wskazują, że drugą po bohaterze i jego intencjach dominującą informacją wpływającą na treść tworzonej i zapamiętanej historii są przeszkody na drodze realizacji intencji⁴. Ważne jest wtedy przeanalizowanie związku między przeszkodą a główną intencją autora opowieści. Osoby lub zdarzenia, które blokują realizację celów są najlepiej zapamiętywane.

Zachowania w perspektywie porażki są w znacznym stopniu uwarunkowane subiektywnym przekonaniem o tym, na ile sami wpływamy na przebieg zdarzeń. Jedni spostrzegają siebie jako kreatorów życia, inni uważają, że pełnią rolę kul bilardowych, którym zewnętrzna siła nadaje kierunek mniej lub bardziej odpowiadający ich zamiarom. Warto określić proporcje swobody i determinacji w życiu autora opowieści. Służy temu zmienna osobowościowa nazwana przez Juliana Rottera „poczuciem kontroli,” częściej używany jest skrót LOC (locus of control). W polskiej literaturze psychologicznej problemem tym zajmował się Radosław Drwał⁵. W praktyce badawczej testy do badania poczucia kontroli wyodrębniają dwa typy osób: przekonanych o kontroli wewnętrznej oraz tych, którzy są przekonani o zewnętrznej kontroli nad wydarzeniami. Ludzie o wewnętrznym poczuciu kontroli uważają, że to, co się zdarzyło w ich życiu jest bezpośrednio związane z ich własnym postępowaniem. Czują się autorami odniesionych sukcesów, ale jednocześnie przyjmują na siebie odpowiedzialność za porażki i niepowodzenia. Ludzie o zewnętrznym poczuciu kontroli są przekonani, że ich starania nie mają wielkiego sensu, są przeświadczeni, że życiem człowieka kieruje przypadek, przeznaczenie lub inni mający władzę ludzie. Taka wizja świata powoduje, że osoby o zewnętrznym poczuciu kontroli nie ufają swoim możliwościom zmieniania świata, w sytuacjach przełomowych przyjmują postawę bierną nie wierząc, że mogą coś zmienić.

Określenie poczucia kontroli narratora jest ważne nie tylko dla zrozumienia jego aktualnej sytuacji życiowej, ale także dla przewidywania zachowań. Ludzie o wewnętrznym LOC wierzą w swój wpływ na przebieg wydarzeń i dlatego mają wyższy poziom aspiracji, chcą osiągać sukcesy i podejmują starania, żeby zdobyć to, na czym im zależy. Można wręcz powiedzieć, że sami prowokują te sukcesy przekonaniem, że są osiągalne. Poczucie wewnętrznej kontroli pełni rolę samopotwierdzającej się przepowiedni, według której powodzenie jest tym, na co ludzie zasługują i co im się od życia należy. Oczywiście jest, że osoby o wewnętrznym LOC doświadczają trudności i dramatów, ale postawa „kowali własnego losu” każe im mobilizować się do walki i przezwyciężać napotkane problemy.

Człowiek nie rodzi się z dyspozycją wpływu na własne życie, ale od początku uczy się, czy jego wysiłki mogą być skuteczne. Dlatego śledząc narracje autobiograficzne, trzeba uważnie analizować pierwsze relacje o sukcesach i porażkach. Ważne jest, czy padają określenia „udało mi się”, „miałem szczęście”, czy „zdobyłem” lub „osiągnąłem”, te pierwsze są sygnałami ostrzegawczymi wskazującymi, że powodzenie przychodzi z zewnątrz, te drugie dają nadzieję, że narrator zaczyna traktować siebie jako sprawcę osiągniętego celu.

Osobnym problemem jest prześledzenie postaw ważnych partnerów narratora, a szczególnie rodziców, którzy własnym przykładem pokazują czy warto zmagać się z przeciwnościami czy trzeba pokornie przyjąć, że urodziliśmy się pod dobrą lub złą gwiazdą.

Niezależnie od tego jak umiejscowione jest poczucie kontroli narratora, trzeba zrozumieć motyw, którymi kieruje się w swoim życiu. Motyw jest swoistą siłą napędową, rodzajem napięcia, które ukierunkowuje działania i znika dopiero wtedy, gdy cel zostaje osiągnięty lub, gdy z niego zrezygnujemy. Zarówno ludzie o zewnętrznym jak i wewnętrznym poczuciu kontroli mają swoje chęci i obawy. To „chcenie” uruchamia motywację, żeby pragnienie zaspokoić. Jedni będą walczyć o pożądaną obiekt, inni czekać na łut szczęścia. Z kolei obawy uruchamiają motywację unikania nieprzyjemności lub zwalczania ich źródła tak, żeby nie przeszkadzało w przyszłości. Analiza każdej autobiograficznej opowieści musi prowadzić do ustalenia, jaka jest narracyjna motywacja. Sprowadza się to do sformułowania odpowiedzi na pytania: „Czego narrator chce?” i „Czego narrator się obawia?”⁶.

Śledząc koleje losu autora można zauważyć, że świat jego pragnień i lęków zmienia się z latami, ale najistotniejsze marzenia i obawy towarzyszą mu przez całe życie. Tworzy się nieprzypadkowy układ „dążeń do” i „ucieczek przed”. Jest to swoista mapa pragnienia i unikania. Dorosłość i późniejsze lata pokazują jak w zmieniających się realiach, powtarzalne są nasze chęci i niechęci i jak mocno zakorzenione są w dzieciństwie, gdy uczono nas wartości ludzkiego losu.

Konformizm lub odpowiedzialność – rodzinne źródła postaw życiowych

Poczucie wewnętrznej kontroli może rozwinąć się wyłącznie u osób, które wierzą w swoje możliwości. Siła tej wiary zależy przede wszystkim od rodziców. To oni słowami, zachowaniem, a nawet gestem i mimiką informują dziecko, ile warte są jego starania. Ten przekaz może skutecznie pobudzić lub zahamować aktywność kilkulatek i wdrukować na całe życie przekonanie o opłacalności samodzielnych działań. Analiza autobiografii może być pełna tylko wtedy,

gdy zostanie rozszyfrowany pierwszy, a zarazem podstawowy wzorzec relacji międzyludzkich, jakim w życiu każdego człowieka jest relacja z rodzicami.

Rodzice na ogół mówią z dumą o swoich małych dzieciach. W kontaktach towarzyskich odbywa się swoista licytacja ich zalet i umiejętności. Tradycje wychowawcze i wszechobecne stereotypy powodują, że najwyższym atutem staje się posłuszeństwo dzieci udowodnione przykładami codziennych zachowań. Priorytet grzeczności i podporządkowania ma dalekosiężne skutki dla kształtującej się osobowości. Jeżeli młody człowiek nagradzany jest głównie za wypełnianie poleceń, to w przyszłości będzie się obawiać, że sprzeciw grozi utratą sympatii osób, na których mu zależy. Taka postawa hamuje aktywność, a w sytuacjach trudnych ujawnia się oczekiwaniami, że ktoś wyda polecenia i poda sposoby rozwiązania problemu. Są to wskaźniki zewnętrznego poczucia kontroli – zmiennej osobowościowej mającej źródło w dzieciństwie a modelującej całe życie narratora. Krytyka zasady posłuszeństwa nie jest apoteozą tzw. wychowania bezstresowego. Dziecku potrzebne jest istnienie nieprzekraczalnych zasad postępowania. Świadomość istnienia granic powoduje, że łatwiej jest odróżnić zachowania złe od dobrych. Upraszcza się wtedy podejmowanie decyzji. Reakcje ludzi są przewidywalne, bo odniesione do jednoznacznego rozróżnienia zachowań akceptowalnych od tych, na które nie ma przyzwolenia. Taki świat jest dla dziecka bezpieczniejszy. Problem posłuszeństwa pojawia się jako mechanizm destrukcji jednostki, ponieważ polega nie na respektowaniu słusznych zasad, lecz na podporządkowaniu się poleceniom pomimo uznania ich za niesłuszne. Człowiek traci wtedy poczucie odpowiedzialności za własne czyny zastępując się koniecznością respektowania poleceń i podporządkowania autorytetom, które czasem wyzwalają podziw, a najczęściej strach.

W autonarracjach żołnierzy często można spotkać usprawiedliwienie wyrządzonego zła stwierdzeniami: nie miałem wyboru, kazali mi, żołnierz nie może decydować, więc musiałem to zrobić. Są to hasła typowe dla osób o zewnętrznym poczuciu kontroli. Jakkolwiek armia nie jest miejscem podejmowania indywidualnych decyzji, trudno nie zauważyć, że ta hierarchiczna struktura sprzyja zastosowaniu mechanizmów obronnych i powoduje obciążanie innych tym, co powinno być wyrzutem własnego sumienia.

Autonarracje z czasów pokoju obfitują w relacje oparte na podobnym mechanizmie, poczucie kontroli jest zewnętrzne przez traktowanie osób, od których zależy autor jako sprawców narzucających zasady i warunki działania. Jakkolwiek ludzie ci są często obdarzani przez narratora niechęcią lub nie-

nawiścią, to trudno nie zauważyć, że istnienie tych „prześladowców” jest wygodne – są potrzebni, żeby przerzucić na nich odpowiedzialność za własną bierność i związany z nią dyskomfort psychiczny.

Przedstawiane w narracjach sytuacje niemocy i bezradności świadczą o zewnętrznym poczuciu kontroli i są silnie związane z mechanizmem konformizmu. Dziennikarze, historycy literatury i socjologowie starają się poznać osobowość narratora i dla potrzeb swoich nauk zrozumieć, na ile autor opowieści był autonomiczny w podejmowaniu decyzji. Dla psychologów, pedagogów, a przede wszystkim rodziców pozostaje istotne zadanie – kształtowanie osobowości młodego człowieka tak, aby czuł się sprawcą działań i umiał ponosić odpowiedzialność za swoje życie. Eliminacja postawy konformistycznej jest wyzwaniem nie tylko pedagogicznym, ale i etycznym.

Metoda narracyjna w pracy plockiego Ośrodka Adopcyjno-Opiekuńczego

Narracyjna analiza biografii służy poznaniu osobowości jej autora. Cały tok postępowania jest skierowany na zrozumienie bohatera opowieści, który dążąc do realizacji celów życiowych, nawiązuje relacje z innymi ludźmi lub zrywa istniejące więzi. Schemat narracji i jej struktura to teoretyczne ramy prowadzonych badań. Konieczne jest skonkretyzowanie metody dla analizy osobowości autorów poszczególnych opowieści. W praktyce Ośrodka Adopcyjno – Opiekuńczego w Płocku temu celowi służy porównywanie cech przypisywanych osobom, które narrator obdarza sympatią na różnych etapach swojej biografii. Proces diagnozy odbywa się głównie w toku rozmów, badany opowiada o swoim życiu, a psycholog lub pedagog czuwa nad chronologią opowieści i uporządkowaniem przedstawionych wątków. Wiele pytań dotyczy osób, które uczestniczą w narracji. Relacje z nimi przedstawiane są graficznie za pomocą zestawu okręgów oznaczonych inicjałami i połączonych strzałkami. Okrąg symbolizujący autora opowieści znajduje się w centrum schematu. Czym większe natężenie sympatii, tym bliżej siebie umieszcza go narrator. Te mapy akceptacji tworzone są w odniesieniu do dzieciństwa, młodości i aktualnej sytuacji życiowej badanego. W trakcie konstruowania schematów każda osoba jest opisywana kilkoma określeniami, które według narratora, najlepiej ją opisują.

Przedstawione tu postępowanie badawcze dostarcza bardzo interesującego materiału do analizy psychologicznej. Można wręcz zobaczyć, które i jakie osoby są obdarzane sympatią przez całe życie, kto i kiedy przestaje być aprobowany

oraz kto i na jakim etapie życia włączony jest do kręgu osób lubianych. Łatwa do oceny jest też siła związku między narratorem a osobami z jego otoczenia.

Psychologiczny mechanizm wzbudzenia sympatii oparty jest na mechanizmie podobieństwa tzn. lubimy ludzi, którzy są do nas podobni, a lubimy ich tym bardziej im bardziej to podobieństwo dotyczy ważnych cech naszego ja. Ta reguła odnosi się do wyznawanych przekonań, cech osobowości i charakteru, stylu życia czy doświadczeń życiowych⁷. Tak, więc osoby, które akceptujemy można traktować jako swoiste lustro ujawniające naszą osobowość.

Z praktyki plockiego Ośrodka Adopcyjno – Opiekuńczego wynika duża użyteczność diagnozowania osobowości narratora przez poznanie osób, z którymi nawiązuje relacje. Uderzająca jest powtarzalność określeń używanych w odniesieniu do ludzi lubianych od dzieciństwa do dojrzałości. Wyraźnie ujawnia się stałość sposobu wartościowania innych, a więc i samego siebie. Czasem, dla uzupełnienia obrazu osobowości, badany jest proszony o przedstawienie map antypatii. Przez analogię do wcześniej stosowanych technik diagnostycznych, tym razem dostajemy informacje o cechach, których narrator nie akceptuje u innych lub paradoksalnie może to być źródło wiedzy o tym, czego nie akceptuje u samego siebie.

Diagnoza narracyjna jest ukierunkowana na zrozumienie funkcjonowania jednostki – autora opowieści o życiu, służy też przewidywaniu jego przyszłych zachowań. Zdobyta tą drogą wiedza spełnia kryteria poznania naukowego, jeżeli jest konsekwentnie odnoszona do teoretycznego modelu osobowości. W przypadku badań prowadzonych w Ośrodku Adopcyjno – Opiekuńczym w Płocku, tym teoretycznym konstruktem jest systematyka typów osobowości opracowana przez J. Oldhama i L. Morrisa. Autorzy wyodrębnili typy osobowości odnosząc je do listy zaburzeń opublikowanej przez Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne w 1994 roku. Sposób rozumowania Oldhama i Morrisa jest następujący: skrajne nasilenie danego wzoru zachowania jest określonym zaburzeniem psychicznym, jego mniejsza intensywność to normalne, niepatologiczne działanie odpowiadające jednemu typowi osobowości. Autorzy posługują się następującym przykładem: „...jak nadciśnienie krwi jest skrajnym stanem normalnego zjawiska, tak zaburzenia osobowości są skrajnym przypadkiem zwykłych wzorów, z których składa się psychika każdego człowieka”⁸.

Oldham i Morris wyodrębnili 14 typów osobowości i przedstawili je według następującego schematu:

Kontinuum osobowości⁹

| Typ osobowości | ----- | Zaburzenia osobowości |
|----------------|-------|------------------------|
| Sumienny | ----- | Obsesyjno-kompulsywne |
| Pewny siebie | ----- | Narcystyczne |
| Dramatyczny | ----- | Histrioniczne |
| Czujny | ----- | Paranoidalne |
| Zmienny | ----- | Borderline |
| Oddany | ----- | Patologiczna zależność |
| Samotniczy | ----- | Schizoidalne |
| Wygodny | ----- | Bierno-agresywne |
| Wrażliwy | ----- | Uciezkowe |
| Nie-zwyczajny | ----- | Schizotypalne |
| Awanturniczy | ----- | Antyspołeczne |
| Ofiarny | ----- | Autodestrukcyjne |
| Władczy | ----- | Sadystyczne |
| Poważny | ----- | Depresyjne |

Każdy człowiek prezentuje w swoim zachowaniu przewagę określonego typu osobowości. Ta specyfika działania odnosi się do wszystkich dziedzin życia. Oldham odnosi 14 ról życiowych ról, które odgrywamy do sześciu sfer życiowych¹⁰.

- 1) sfera „ja” - określa jak siebie widzę, jak się ze sobą czuję i jakie jest moje miejsce w porządku rzeczy
- 2) sfera związków - pokazuje ważność innych osób, relacje z nimi oraz ilość związków
- 3) sfera pracy - dotyczy nie tylko wykonywania zawodu, ale i stosunku do obowiązków, wydawania i przyjmowania poleceń, planowania działań
- 4) sfera emocji - obejmuje nastroje i stany emocjonalne, a także wrażliwość na krytykę i pochwały
- 5) sfera samokontroli - określa spontaniczność i zdolność do działania impulsywnego, a także samodyscyplinę, umiejętność czekania i odporność na frustrację – według określeń autorów jest to rodzaj dyrektora, którego mamy w głowie
- 6) sfera rzeczywistości - opisuje poziom realizmu lub ucieczki w świat wyobrażeń, konwencjonalne lub niestereotypowe widzenie świata, a także pewność lub jej brak w świecie realiów

Analiza opowieści autobiograficznej przeprowadzana w odniesieniu do czterech ról wypełnianych w sześciu sferach życia ułatwia diagnozę osobowości narratora. Warto zauważyć, że takie ujęcie problemu pozwala psychologom na podjęcie skutecznej terapii, a dziennikarzom i historykom daje szansę uzupełnienia brakujących fragmentów relacji.

Jakkolwiek każdy przyjmuje charakterystyczną dla siebie pozycję życiową pełniąc np. rolę awanturnika, samotnika lub osoby czujnej, to istnieje możliwość modyfikacji przyjętego schematu. Autorky koncepcji mówią o fatum, które można przełamać. Posługują się tu obrazowym i przekonującym porównaniem: "Osobowość jest jak talia kart. Karty są rozdawane w chwili poczęcia, a doświadczenia życiowe decydują o tym, które z nich zostają wyłożone na stół, a zatem jaka będzie twoja rzeczywista natura. Twoje karty – czyli twój typ osobowości – będą w pełni odsłonięte u kresu dzieciństwa i przez resztę życia będziesz na swój indywidualny sposób prowadził nimi „grę w życie”¹¹.

Kobieta znikająca

– dramat życia Romy Ligockiej

Model diagnozy narracyjnej jest stosowany w płockim ośrodku adopcyjnym w odniesieniu do osób, które chcą zaadoptować dziecko lub pełnić rolę rodziców zastępczych. Przedstawiony tu schemat postępowania można stosować także w innym celu, np. dla poznania osobowości autora literackiej biografii. Próby takiej analizy można zaprezentować na przykładzie książek Romy Ligockiej: „Dziewczynka w czerwonym płaszczyku” i „Tyko ja sama”. Autorka ocalała z holocaustu, talenty literackie i plastyczne pozwoliły jej zdobyć wysoką pozycję w świecie artystycznym, nieprzeciętna uroda skupiała na niej uwagę mężczyzn, ale przez całe życie zmagająca się z problemami wynikającymi z wojennej traumy – głębokiego zapisu dramatycznego dzieciństwa.

Kształtowanie się autonarracji odbywa się w rodzinie. To tam słyszymy pierwsze pochwały i odbieramy przejawy dezaprobaty. Przedmiotem dumy rodziców mogą być np. uzdolnienia dziecka, jego wygląd, posłuszeństwo lub zaradność. Ten sposób oceny dziecka buduje rdzeń jego samoakceptacji i utrwała się na kolejne lata życia.

Pierwsze pozytywne określenia Romy Ligockiej dotyczyły jej urody. Słyszała o sobie, że jest piękną dziewczynką, porównywano ją do tych kobiet, które w opowieściach rodzinnych funkcjonowały jako osoby wzbudzające zachwyt wyglądem. Kiedy w czasie wojny została przygarnięta do polskiej rodziny, to przepustką do tego względnie bezpiecz-

nego świata była jej uroda, określono ją wtedy jako piękną Poziomkę.

Taki sposób zyskiwania akceptacji rzutował na spostrzeganie siebie jako dorosłej osoby. Roma Ligocka określa siebie pozytywnie tylko wtedy, gdy pisze o swoim atrakcyjnym wyglądzie np. „Taka ładna dziewczyna jak ja... czuję spoczywające na mnie z podziwem męskie spojrzenia. To wystarcza, by moje poczucie wartości wzrosło, choć na chwilę¹². W Paryżu jako ładna dziewczyna bywam wszędzie zapraszana i dalej polecana”¹³.

Tego typu określeń można przytoczyć wiele, w każdym z nich wyraźne jest odczucie Romy Ligockiej, że uroda jest jedynym pozytywem będącym immanentną cechą jej osobowości. Pomimo wielu sukcesów zawodowych, zaproszenia przypisuje swojej kobiecej atrakcyjności a nie np. uzdolnieniom, czy oryginalnościom jej propozycji artystycznych. Ligocka pisze: „w lustrze widzę ładną, młodą dziewczynę¹⁴, a przecież równie dobrze mogłaby użyć określenia: w lustrze widzę dziewczynę inteligentną, wrażliwą, interesującą...

Charakterystyczne jest, że nawet spektakularne osiągnięcia zawodowe są przez Ligocką opisywane z jakimś dystansem np. mówią, że jestem dobrym scenografem, tzn. oni mówią, a więc jest to relacja przyjmowana z zewnątrz, a nie wynikająca z przekonania o własnej wartości.

Interesujący jest też opis wyjazdu na emigrację. Roma Ligocka zabiera do walizki kilka fotografii i piękne stroje. W diagnozie psychologicznej często zadaje się pytanie: co zabrałbyś ze swojego domu, gdybyś miał go szybko opuścić. Wybór pieniędzy, biżuterii, dokumentów lub pamiątek, określa hierarchię wartości badanego. W przypadku Ligockiej narzuca się wręcz podręcznikowy sposób interpretacji wartości istotnych dla autorki opowieści, są nimi: pamięć i atrakcyjność wyglądu, przez który będzie mogła funkcjonować w nowym środowisku.

W analizie narracji przykłada się szczególną wagę do powtarzalności zachowań w sytuacjach trudnych. Zapis dramatycznego dzieciństwa wywiera destrukcyjny wpływ na późniejsze funkcjonowanie Romy Ligockiej; jako mała dziewczynka żyła w poczuciu zagrożenia. Marzyła o tym, żeby zniknąć, bo sam fakt jej istnienia stanowił niebezpieczeństwo dla innych, pomagających jej osób. I tak, na całe życie utrwalił się jej mechanizm bierności lub ucieczki w sytuacjach trudnych.

Na kartach autobiografii Ligockiej jak mantra powtarza się słowo „niewidzialna”. Autorka pisze: „próbuję być niewidzialna”, „staram się być niewidzialna”, „bardzo łatwo przychodzi mi bycie osobą niezauważalną”, „uciekłabym, stała się niewidzialna”, „jest tak

„jakbym nie istniała”, „znów jedyną myślą jest zniknąć”, „miałam wrażenie, że przestałam istnieć”, „umiem się dopasowywać i nie zwracać na siebie uwagi. Staję się coraz mniejsza, prawie niewidoczna”¹⁵.

Długa lista tych określeń pokazuje jak wszechobecna w życiu Ligockiej jest chęć ucieczki, aż do granic samounicestwienia. Chęć znikania pojawiała się u niej jako reakcja na trudności w każdej dziedzinie życia: od błahych problemów szkolnych po poważne rozterki w związkach uczuciowych i relacjach zawodowych.

W dzieciństwie nakaz bycia posłuszną i grzeczną miał chronić jej życie, przeniesienie go na dorosłość owocowało biernością i uległością nawet wbrew sobie.

W zapisie autobiograficznym, taki sposób widzenia własnej osoby uwidacznia się używaniem dużej ilości czasowników w stronie biernej. Przykładem może tu być opis aborcji, jakiej poddała się Ligocka; pisze o tym posługując się słowami: „kładą mnie, rozbiegają. Leżę, jestem jak sparaliżowana, chciałabym uciec, krzyczeć”¹⁶. Opis ten dotyczy jednej z wielu sytuacji, w których autorka poddawała się czynim oddziaływaniami wbrew własnym pragnieniom. Przerwanie ciąży stanowi swoiste apogeum bierności, gdy postawa samounicestwienia przenosi się na dziecko, którego bardzo pragnie, ale nie śmie urodzić wbrew woli swojego partnera.

Związki Romy Ligockiej z mężczyznami są znaczone skomplikowaną relacją z ojcem. Po raz pierwszy mogła z nim być i rozmawiać czując się bezpieczna wtedy, gdy był umierający. „Nagle to ja jestem duża, a on jest dzieckiem. Teraz, kiedy mój tata mnie potrzebuje, kocham go najbardziej”¹⁷.

W całym dorosłym życiu Roma Ligocka odtwarzała ten schemat wyniesiony z dzieciństwa: obdarzała uczuciem mężczyzn zagubionych i spragnionych opieki. Najpełniej wyraziła to stwierdzeniem: „Tęskniłam za kimś, kto potrzebuje mojej pomocy, bym sama mogła się poczuć godna miłości i naprawdę kogoś pokochać”¹⁸. Jako młoda, szukająca uczucia dziewczyna

pisze: „Poznaję mężczyznę, który mnie potrzebuje. Jest przystojny, inteligentny. Ma do mnie dystans, inaczej bym uciekła. Czuję, że jest samotny i zagubiony. I właśnie, dlatego zakochuję się w nim”¹⁹.

Pragnienie obdarowywania miłością osób, którymi trzeba się opiekować, towarzyszy Ligockiej przez całe dorosłe życie. O swoim drugim mężu pisze do matki: „Porusza we mnie coś, co jest mi dogłębnie znane. Odczuwam instynktowną potrzebę opiekowania się nim, on jest jak mały zagubiony chłopiec, którym człowiek potrzebuje się zająć”²⁰.

Rozstania z ukochanymi mężczyznami są związane z tym samym dramatycznym syndromem kobiety, której dzieciństwo nie nauczyło przekonania o własnej wartości. Przez wszystkie kolejne lata żyje z przekonaniem, że można ją kochać nie dla niej samej, ale jedynie pod warunkiem, że jest przydatna i może służyć pomocą; angażuje się w związki, gdy ktoś jej potrzebuje, odchodzi, gdy czuje się niepotrzebna. Rozstając się ze swoim, wieloletnim partnerem Ligocka mówi: „To nie może trwać tak daleko. Ty mnie nie potrzebujesz. Ty nikogo nie potrzebujesz”²¹.

Znamienne, że odchodzi do mężczyzny, którego określa słowami: „daje mi poczucie, że mnie rozumie. Daje mi poczucie, że mnie potrzebuje. I wreszcie daje mi też poczucie, że jestem godnym miłości człowiekiem”²².

Przedstawione tu elementy analizy biografii są przykładem, jak można posługiwać się metodą narracyjną w praktyce postępowania diagnostycznego. Dramatyczne losy Ligockiej ukazują jak powtarzalne są sposoby postępowania zarówno w sytuacjach przełomowych jak i w codziennych zmaganiach z rzeczywistością. To swoiste uwięzienie w schematach narracji, często nieczytelne dla jej autora, nie musi być nieodwołalnym wyrokiem. Psycholog ma pomóc głównie aktorowi w tym, żeby pozostając w zgodzie z sobą zmniejszał ilość błędów popełnianych w granii życiowej roli i żeby zmienność jego losu była źródłem spełnienia, a nie osobistej tragedii.

PRZYPISY

¹ F. Dostojewski, *Zbrodnia i kara*, przeł. Z. Podgórzec, Wydawnictwo GREG, Kraków 2005, s.15.

² J. Trzebiński, *Narracja jako sposób rozumienia świata*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2002, s. 22.

³ Tamże, s. 23.

⁴ J. Trzebiński..., s.32.

⁵ R.Ł. Drwal, *Osobowość wychowanków zakładów poprawczych. Badania nad funkcjami podkultury zakładowej*, Ossolineum, PAN Wrocław, 1981, s. 41-42.

⁶ J. Trzebiński..., s.40.

⁷ R. Cialdini, *Wywieranie wpływu na ludzi*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1999, s.161.

⁸ J. Oldham L. Morris, *Twój psychologiczny autoportret*, J. Santorski, & Co Wydawnictwo, Warszawa 1997, s.18.

⁹ Tamże, s. 34.

¹⁰ Tamże, s. 37-38.

¹¹ Tamże, s. 29.

¹² R. Ligocka, *Dziewczynka w czerwonym płaszczyku*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2002, s. 222.

¹³ Tamże, s. 238.

¹⁴ Tamże, s. 222.

¹⁵ Tamże, s.79, 158, 182, 231, 300, 304, 318, 319.

¹⁶ Tamże, s. 275.

¹⁷ Tamże, s. 157.

¹⁸ Tamże, s. 240.

¹⁹ Tamże, s. 246.

²⁰ Tamże, s. 261.

²¹ Tamże, s. 313.

²² Tamże, s. 313.